

PROPUESTA DE TRABAJO

**LA EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE, COMO APORTE
FUNDAMENTAL EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS NIÑOS Y NIÑAS EN
EL CICLO DE PREESCOLAR Y BASICA PRIMARIA, DE LAS SEDES RURALES
DEL MUNICIPIO DE CHOCONTA**

2012

PRESENTADO POR:

PROMOTORES DEPORTIVOS

CAROLINA LADINO

MAURICIO TORRES RODRIGUEZ

ALEJANDRO MALAGON

FERNEY QUICHE

VIDAL ALVAREZ

PRESENTADO A:

COORDINADORES SEDES RURALES

IED RUFINO CUERVO Y AGROINDUSTRIAL

CHOCONTA

2012

INTRODUCCION

Como proceso de formación y desarrollo de la niñez, en las sedes rurales del municipio de Choconta y el cual se ha desarrollado durante dos años, logrando excelentes resultados en cuanto a la formación y enseñanza de una Educación Física y Recreación con calidad; reforzando esta área que siendo la mas importante en la formación y educación de los niños, nos ha permitido lograr en ellos el desarrollo de sus capacidades psicomotoras, físicas y condicionales; el gusto por el deporte, una cultura deportiva la cual los niños del sector rural, le han trasmitido a los niños del sector urbano; la motivación por estar en la escuela, los procesos de interacción y socialización y un objetivo muy importante la detección de talentos en las distintas disciplinas deportivas. Pero también con el objetivo de continuar en este 2012 con este programa de refuerzo a la Educación Física y la Recreación.

Siendo la Educación Física un proceso de formación permanente, cultural y social, que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes, y como una asignatura practica que se desarrolla a través de actividades y ejercicios, a las cuales se les asigna un significado, una intención formativa que depende de un determinado concepto teórico y pedagógico.

Pues la intencionalidad de la Educación Física en el ciclo de preescolar y primaria es desarrollar todo el potencial del niño en todas sus dimensiones y a través de las capacidades perceptivo motrices, óseo musculares y orgánicas; estableciendo las funciones de relación y las conductas motrices de base que permitan una acción motriz inteligente en la interacción con los demás y con su entorno.

En tal sentido la educación física deberá propender por el mejoramiento de las capacidades físicas, de la salud, de las capacidades psicomotoras, por la promoción de valores y actitudes que propendan por la formación de los niños y niñas de las instituciones educativas rurales del municipio de Choconta; reforzando este tipo de programas que apunten al mejoramiento de la educación, como también a la formación de personas con valores, que puedan desarrollarse de una manera sistematizada cada una de sus capacidades y talentos por medio de un programa de

Educación Física, con la enseñanza y orientación de las distintas disciplinas deportivas, estas por medio de juegos, formas jugadas, actividades poli motor y por supuesto los festivales recreo deportivos, con los cuales los alumnos de las sedes rurales aprenderán y practicarán una o varias disciplinas deportivas; logrando en ellos el gusto por el deporte y la actividad física, como también la interacción y socialización con otros niños y la detección de talentos que hay en el sector rural de nuestro municipio.

JUSTIFICACION

La Educación Física es parte esencial de la educación integral del niño en todas sus dimensiones, ya que debe formar el cuerpo, la inteligencia y el alma.

Por ello partiendo de la base de que la Educación Física es hoy en día una autentica realidad, en la mayor parte de las escuelas y colegios; pudiendo afirmar que la expansión de esta parte de la educación integral del niño es consecuencia de los altos valores que posee en orden al mejoramiento del individuo, frente a la sociedad.

A través del tiempo se ha persistido en definir a la educación física como la rama imprescindible de la educación del niño, que ayude a este en la consecución de sus más altos ideales.

En esta importancia pedagógica y social radica el interés en establecer programas de Educación Física, como un medio que sirve a los niños y jóvenes de las sedes rurales del municipio de choconta, en su educación y formación integral, impulsándole a una idea superior, ofreciéndoles las condiciones necesarias para obtener un rendimiento optimo acorde con el desenvolvimiento humano.

Pues la Educación Física, no puede ser una actividad desarticulada sujeta a la carencia de contenidos, que contradicen el trabajo adecuado para los niños. Por ello es fundamental para el logro de nuestros propósitos, que como profesionales analicemos la selección de estrategias didácticas, en la proyección que el profesor tiene de la educación, como proceso de formación de los niños en las sedes rurales del municipio de choconta, facilitando así su desarrollo y mejoramiento de su calidad de vida.

Es así como se hace necesario el diseño de un programa curricular o propuestas de estudios del área de Educación Física para los niveles de preescolar y primaria acorde con las necesidades, intereses y características de la niñez que habitan en las distintas veredas del municipio de choconta, quienes reciben su educación en dichas sedes y quienes requieren de una Educación Física con calidad para su formación y desarrollo corporal.

Dentro de la propuesta de trabajo se tendrán juegos, formas jugadas, ejercicios pre deportivos, poli motor y actividades que nos permitirán la enseñanza y orientación de sus capacidades físicas y condicionales, en cada una de las disciplinas deportivas tanto individuales, como de conjunto; posibilitando al niño llegar al nivel de bachillerato con bases en esta área de la educación y con el deseo de fundamentar y desarrollar sus capacidades en una o varias disciplinas deportivas que le ayuden y le permitan desenvolverse a nivel competitivo.

OBJETIVOS

GENERAL

Desarrollar para el año 2012 un programa de refuerzo a la Educación Física, con los alumnos del ciclo de preescolar y primaria, de las sedes rurales del municipio de choconta, a través de la enseñanza de las capacidades perceptivo motrices, óseo musculares, orgánicas y preparación de festivales recreo deportivos, como aporte en el desarrollo de sus capacidades, talentos y su formación educativa.

ESPECIFICOS

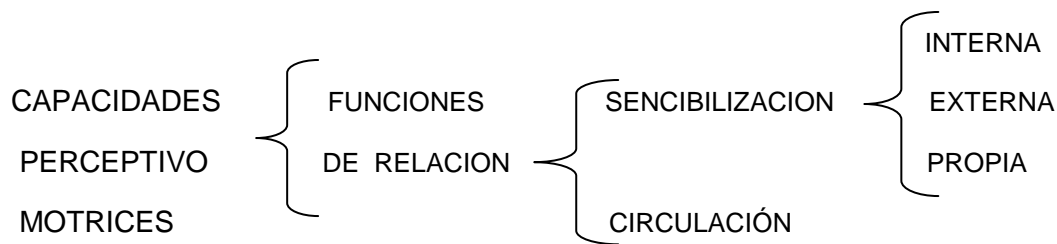
1. Desarrollar las capacidades perceptivo – motrices en los alumnos del ciclo de preescolar de las sedes rurales, a partir de la sensibilización interna, externa y propia (funciones de relación) y de la coordinación y el equilibrio (funciones motrices de base) mediante juegos y actividades lúdicas y rítmicas.
2. Desarrollar las capacidades óseo - musculares y orgánicas (velocidad, fuerza, flexibilidad y resistencia), mediante la adquisición de habilidades básicas, específicas y técnicas en las prácticas deportivas y recreativas, para los niños del ciclo de primaria del sector rural del municipio de Choconta.
3. Vivenciar, mejorar y valorar la importancia del respeto, solidaridad, cooperación y alteridad en las relaciones interpersonales mediante las prácticas de actividades recreativas, deportivas y culturales, con la realización de salidas pedagógicas y de eventos deportivos, en los distintos núcleos rurales.
4. Despertar en los alumnos de las sedes rurales, el gusto por la práctica del deporte y el buen desenvolvimiento en cada una de las disciplinas deportivas.
5. Lograr procesos de interacción y socialización con cada uno de los alumnos de las sedes rurales del municipio de Choconta, a través de los festivales y encuentros recreo deportivo.

6. Detectar talentos en cada una de las sedes rurales y llevar un proceso de formación y preparación en cada una de las disciplinas deportivas.
7. Adquirir hábitos de higiene y salud en el cuidado de su cuerpo y la conservación de su entorno ecológico para una mejor calidad de vida personal y social.
8. Mejorar las formas comunicativas verbales, gestuales y de expresión corporal a través de las prácticas lúdicas, estéticas, deportivas y la realización de revistas deportivas y gimnásticas.

**PROGRAMA DE EDUCACION FISICA EN EL CICLO DE PREESCOLAR Y
PRIMARIA PARA LOS ALUMNOS DE LAS SEDES RURALES DEL MUNICIPIO DE
CHOCONTA**

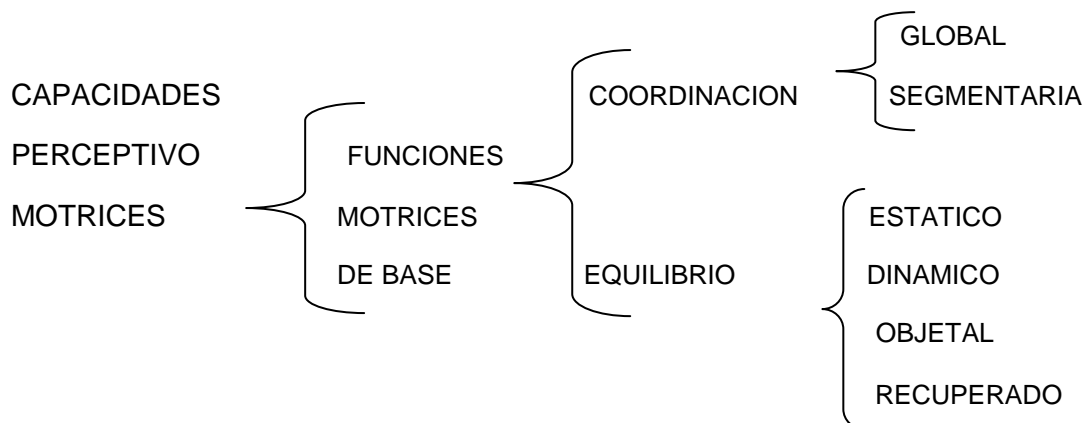
EJES TEMATICOS

GRADO PREESCOLAR Y PRIMERO



Este eje temático se desarrollara durante el año escolar, se hará por unidades, a través de rondas, juegos, formas jugadas; orientándolas a las distintas disciplinas deportivas por medio de las actividades poli motor, la construcción de revistas recreo deportivas y presentaciones; pero también iniciándolos y formándolos en una fase de asimilación y adaptación a las distintas disciplinas deportivas, y que mejor edad que para iniciarlos en el deporte formativo.

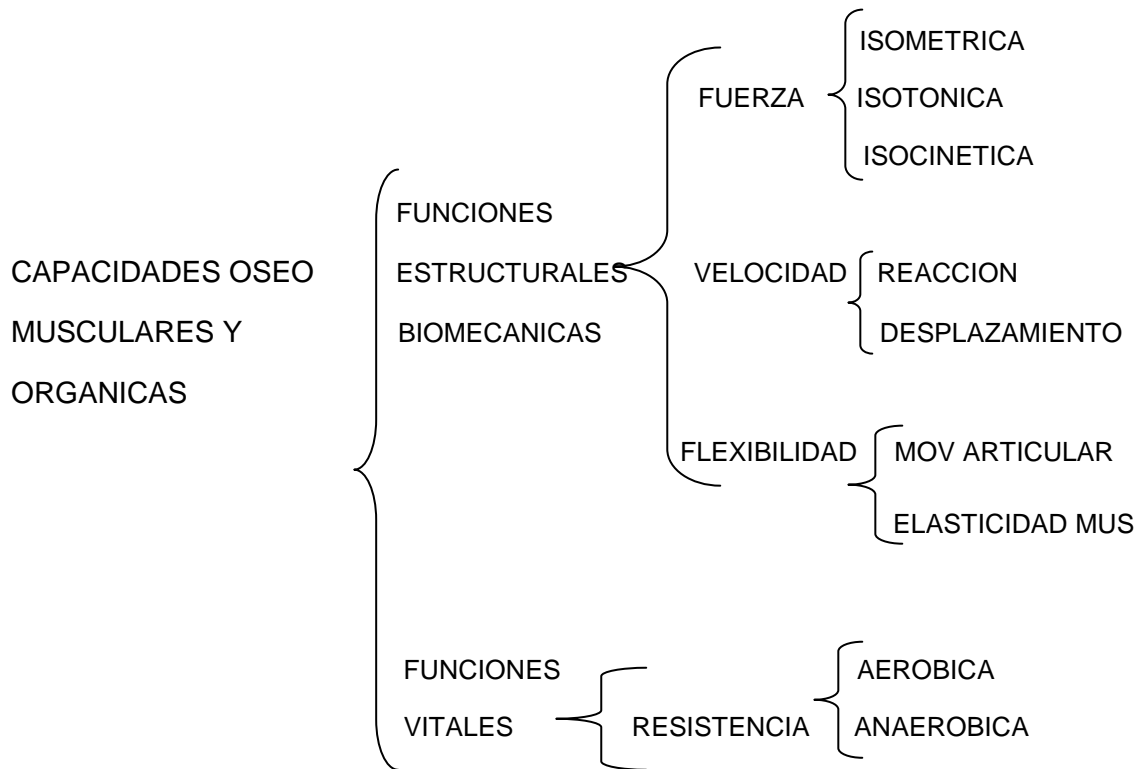
GRADO SEGUNDO Y TERCERO



Este eje temático se desarrollara por unidades, a través de juegos, formas jugadas, actividades poli motor y ejercicios pre deportivos que permitan reforzar y trabajar estas

capacidades; orientándolas a las distintas disciplinas deportivas y así desarrollar los festivales poli motor y recreo deportivos.

GRADO CUARDO Y QUINTO



En este eje temático se trabajarán las capacidades óseas musculares y orgánicas, con cuatro unidades, que se desarrollarán por medio de juegos, formas jugadas, juegos pre deportivos, actividades, ejercicios y práctica de las distintas disciplinas deportivas; como también con la realización de festivales deportivos, los cuales nos permitirán detectar talentos en cada una de las disciplinas deportivas y así llevar un proceso de asimilación y adaptación, para que los alumnos al iniciar el ciclo de bachillerato lleguen con bases para iniciar una fase de fundamentación y especialización en una o varias disciplinas deportivas.

DISCIPLINAS DEPORTIVAS A TRABAJAR EN EL AREA DE EDUCACION FISICA CICLO PREESCOLAR Y PRIMARIA

Con los ejes temáticos que se plantean en este programa de refuerzo a la educación física y teniendo en cuenta el nivel y las edades en las cuales se desarrollan las capacidades perceptivo motrices de base y relación; y las capacidades musculares y orgánicas, se tiene como objetivo el desarrollarlas a través de las distintas disciplinas deportivas, iniciando con la unidad de mini voleibol siendo una unidad extensa por sus ejes temáticos de enseñanza y aprendizaje; pero al mismo tiempo se irán reforzando las unidades de futbol de salón, baloncesto, atletismo y gimnasia, ya que para este año cundeportes y la gobernación de Cundinamarca tienen programado el reiniciar nuevamente los juegos escolares.

Es así como se emplearan algunas sesiones o espacios de las clases para reforzar estas disciplinas deportivas pero profundizando mas la unidad de mini voleibol, para luego dentro del proceso de evaluación y preparación realizar nuestro festival escolar rural, iniciando por los distintos núcleos y luego realizar la fase final.

VOLEIBOL

Esta práctica deportiva que su aprendizaje es complejo, ya que requiere de mucha dedicación y tiempo para una correcta orientación por los temas y unidades, se trabajara en las fases de asimilación y adaptación, esto con el fin de que los niños del sector rural tengan la oportunidad de llegar al ciclo de bachillerato con algunas bases de este deporte.

FUTBOL DE SALON: La practica de esta disciplina que es de preferencia en los alumnos de las sedes rurales, debemos orientarla y reforzarla con la realización de juegos pre deportivos, ejercicios y actividades técnico tácticas; para lograr el desarrollo y fundamentación de los niños en esta actividad deportiva.

BALONCESTO: Esta disciplina deportiva que cuenta con muchos fundamentos técnico tácticos, para su enseñanza requiere de tiempo y dedicación para un buen aprendizaje o desarrollo del alumno en esta disciplina; esto por medio de juegos, formas jugadas, pre deportivos y actividades y ejercicios de técnica y táctica, de acuerdo al ciclo con el que se trabaje.

ATLETISMO: Esta disciplina deportiva que es la base de todos los deportes y que además nos ayuda a iniciar un proceso con los alumnos de adaptación y acondicionamiento físico, después de un descanso pasivo e inactivo; es pertinente iniciar su práctica y proceso con todos los grados, pero orientándola a los ejes temáticos acordes a cada grado y ciclo de formación.

GIMNASIA: La práctica de esta disciplina nos va a permitir trabajar con los niños y niñas de las sedes rurales del municipio de Choconta, varios ejes temáticos en todos los grados del ciclo de pre escolar y primaria; trabajando la tonificación, fortalecimiento y trabajo óseo muscular, facilitando la construcción de coreografías y revistas con y sin elementos de gimnasia corporal y expresiva; pero también el buen desempeño y práctica en otras disciplinas deportivas.

OTRAS ACTIVIDADES

PRE DEPORTIVOS: Esta unidad que es de gran importancia en la enseñanza y orientación de la Educación Física, ya que con la realización de este tipo de ejercicios y actividades facilitan el aprendizaje de los movimientos técnicos en cada uno de las disciplinas deportivas y motivan en su aprendizaje, como también la competencia pero con la intencionalidad de ejecutar correctamente los ejercicios y actividades propuestas.

POLIMOTOR: Estas actividades que son muy importantes dentro de los ejes temáticos que se relacionaron, se desarrollaran durante el año escolar, ya que complementan y ayudan a mejorar y mantener sus condiciones y capacidades psicomotoras y condicionales.

METODOLOGIA

Para este año se tiene la propuesta de desarrollar con los alumnos de las sedes rurales, las capacidades, en todas sus dimensiones, como lo son lo ético, estético, corporal, social, deportivo, lúdico y recreativo; a través de la enseñanza y orientación de una Educación Física con calidad, con el deseo de que ellos tomen gusto por la práctica deportiva y así detectar talentos en cada una de las disciplinas; pero también con la realización de festivales recreo deportivos, culturales, festivales pre deportivos, poli motor y actividades de recreación.

Estas actividades se pueden desarrollar a partir de un aspecto social y de integración entre cada una de las sedes, como también con la interacción de las distintas instituciones educativas del municipio de choconta; en la realización de festivales, encuentros recreo deportivos y culturales incidiendo en la integración.

Continuar con la detección de talentos en las distintas disciplinas deportivas, para así fundamentarlos y posibilitarles su participación en eventos municipales, zonales, departamentales y porque no a nivel nacional, como una forma de aprovechar el potencial en los niños del sector rural.

El tiempo de trabajo a desarrollarse en cada uno de los ejes temáticos, será en base al cronograma de actividades que tenga cada una de las instituciones educativas para este año escolar, pero con el objetivo de cubrir y ejecutar cada una de las actividades planteadas en esta propuesta.

Es así como se organiza un programa curricular de refuerzo a la Educación Física, orientado a los niños y niñas del ciclo de pre escolar y básica primaria de las sedes rurales del municipio de choconta. Dicho programa se organiza teniendo en cuenta las propuestas de trabajo dadas por los demás promotores, con el objetivo de llevar un trabajo mancomunado y un orden en el desarrollo de las unidades y ejes temáticos, para ofrecerles a los niños, teniendo en cuenta sus capacidades y condiciones.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Para dar inicio al programa de educación física, es necesario desarrollar una fase diagnóstica y de interacción que se realizara en la primera semana escolar en la cual a través del juego, la ronda y otras actividades recreativas nos van a permitir conocernos e interactuar con los alumnos, como también ellos con los docentes.

A partir de la segunda semana se iniciara el proceso de formación y refuerzo a la educación física, a través de enseñanza de las distintas disciplinas deportivas, por medio de juegos, rondas, pre deportivos, actividades poli motor y otras actividades de los gestos técnicos.

A continuación se presenta un cuadro en el cual se plantea el orden de cada unidad metodológica a desarrollarse, con un periodo de ejecución. Al finalizar cada unidad se realizara un festival en cada uno de los núcleos, en los cuales se reúne a 3 o 4 sedes rurales para ejecutar esta actividad y así escoger los niños que participaran en el festival final.

Para este año se realizara un festival de juegos escolares con edades de 9 a 11 años, en los deportes de mini voleibol, mini baloncesto, futbol de salón y atletismo; esto con el objetivo de prepararlos y tener una participación masiva del sector rural en los juegos escolares que nuevamente cundeportes y la gobernación de Cundinamarca ofrecen. También un festival poli motor en dos categorías una que va de 5 a 8 años y una segunda que va de 9 a 11 años, el cual se realizara en las dos fases inicial por núcleos y final.

UNIDADES A TRABAJAR

UNIDAD Nº	UNIDAD A TRABAJAR	FECHA O PERIODO DE EJECUCION	ACTIVIDAD O FESTIVAL FINAL POR UNIDAD
1	MINI VOLEIBOL Y REFORZAREMOS LOS DEPORTES DE FUTBOL DE SALON, MINI BALONCESTO, ATLETISMO Y GIMNASIA.	FEBRERO, MARZO Y ABRIL	REALIZACION DE FESTIVALES INTERNOS CON CADA SEDE RURAL. DETECTAR TALENTOS EN ESTAS DISCIPLINAS PARA LOS FESTIVALES Y JUEGOS INTERCOLEGIADOS.
2	FUTBOL DE SALON Y POLI MOTOR Y CONTINUAREMOS CON EL REFUERZO DE LAS DEMAS DISCIPLINAS.	MAYO, JUNIO Y JULIO	FESTIVAL JUEGOS ESCOLARES FASE INICIAL POR NUCLEOS Y FASE FINAL. DETECTAR TALENTOS EN ESTAS DISCIPLINAS PARA LOS FESTIVALES Y JUEGOS INTERCOLEGIADOS.
3	MINI BALONCESTO Y CONTINUAREMOS REFORZANDO CON LAS ACTIVIDADES POLIMOTOR Y LAS DEMAS DISCIPLINAS DEPORTIVAS.	AGOSTO Y SEPTIEMBRE	FESTIVAL POLI MOTOR EN LAS DOS CATEGORIAS. FESTIVALES INTERNOS EN CADA UNA DE LAS SEDES EN LAS DISTINTAS DISCIPLINAS DEPORTIVAS.
4	ATLETISMO Y GIMNASIA CONTINUANDO CON EL REFUERZO EN LAS ACTIVIDADES POLI MOTOR Y LAS	OCTUBRE Y NOVIEMBRE	FESTIVALES INTERNOS EN CADA UNA DE LAS SEDES, EN LAS DISTINTAS DISCIPLINAS DEPORTIVAS.

	DISCIPLINAS DEPORTIVAS.		FORTALECIMIENTO DE LAS ACTIVIDADES GIMNASTICAS.
--	----------------------------	--	---

PROMOTORES DEPORTIVOS

PROFESORA: CAROLINA LADINO 3125605100

SEDES RURALES:

- | | |
|--------------------------------|--------------------------|
| 1. LUNES: HATOFIERO ALTO Y/O | 8: 00 AM A 1:30 PM |
| SOATAMA | 8: 00 AM A 12: 00 PM |
| 2. MARTES: TABLON | 8: 00 AM A 10: 00 AM |
| POZO AZUL | 11: 00 AM A 1: 00 PM |
| 3. MIERCOLES: GUANGUITA BAJO | 8: 00 AM A 10: 00 AM |
| 4. JUEVES: SAUCIO | 8: 00 AM A 12: 00 PM |
| 5. VIERNES: HATOFIERO BAJO | 8: 00 AM A 1: 30 PM |

PROFESOR: MAURICIO TORRES RODRIGUEZ 3133340542

SEDES RURALES:

- | | |
|------------------------------|--------------------------|
| 1. LUNES: SOATAMA | 8: 00 AM A 12:00 PM |
| 2. MARTES: CAPELLANIA | 8: 00 AM A 10: 30 AM |
| APOSENTOS | 11: 30 AM A 1: 00 PM |
| 3. MIERCOLES: AGUA CALIENTE | 8: 00 AM A 1: 30 PM |
| 4. JUEVES: RETIRO DE BLANCOS | 8: 00 AM A 1: 30 PM |
| 5. VIERNES: MANACA | 8: 00 AM A 10: 00 PM |
| CHINATA | 11: 00 AM A 1: 00 PM |

PROFESOR: ALEJANDRO MALAGON

SEDES RURALES:

CELULAR 3132034026

- | | |
|-----------------------------|----------------------|
| 6. LUNES: SOATAMA | 8: 00 AM A 12:00 PM |
| 7. MARTES: PIEDRA DE SAL | 8: 00 AM A 10: 30 AM |
| 8. MIERCOLES: TEJAR | 8: 00 AM A 10: 30 AM |
| RETIRO DE INDIOS | 11: 30 AM A 1: 00 PM |
| 9. JUEVES: IBERIA | 8: 00 AM A 9: 30 AM |
| ARIZONA | 11: 00 AM A 1: 00 PM |
| 10. VIERNES: CHINGACIO BAJO | 8: 00 AM A 1: 00 PM |

PROFESOR: FERNEY QUICHE

CELULAR 3123575225

SEDES RURALES:

- | | |
|------------------------------|----------------------|
| 1. LUNES: SOATAMA | 8: 00 AM A 12:00 AM |
| 2. MARTES: PUEBLO VIEJO BAJO | 8: 00 AM A 10: 30 AM |
| CRUCES | 11: 30 AM A 1: 00 PM |
| 3. MIERCOLES: KM 100 | 8: 00 AM A 10: 00 AM |
| SURALA | 11: 00 AM A 1: 00 PM |
| 4. JUEVES: MOCHILA | 8: 00 AM A 11: 00 AM |
| 5. VIERNES: PEDREGAL | 8: 00 AM A 10: 00 AM |

PROFESOR: VIDAL ALVAREZ

CELULAR: 3202336220

SEDES RURALES:

- | | |
|-----------------------------------|----------------------|
| 1. LUNES: RETIRO ALTO | 8: 00 AM A 10:00 AM |
| CHINGACIO ALTO | 11: 00 AM A 1: 00 PM |
| 2. MARTES: COLEGIO AGROINDUSTRIAL | 8: 00 AM A 10: 00 AM |
| 3. MIERCOLES: PANTANO | 8: 00 AM A 10: 30 AM |
| PUEBLO VIEJO BAJO | 11: 30 AM A 1: 30 PM |
| 4. JUEVES: COLEGIO AGROINDUSTRIAL | 7: 00 AM A 10: 00 AM |
| TILATA | 11: 00 AM A 1: 30 PM |
| 5. VIERNES: GUANGUITA ALTO | 8: 00 AM A 1: 30 PM |

RECURSOS

Para el desarrollo del plan de estudios es necesario el apoyo de recursos didácticos y materiales tales como:

RECURSOS DIDÁCTICOS: La explicación, demostración, ejemplificación, la pregunta, la tarea de movimiento el trabajo en grupo y en equipo, etc...

RECURSOS MATERIALES: Instalaciones y equipos, polideportivos, zonas verdes, colchonetas, implementos deportivos, pequeños elementos, uniformes y demás materiales con los cuales cuente cada institución, como también materiales que pueden ser elaborados por los mismos estudiantes o pueden llevar de sus casas para la realización de la practica.

EVALUACIÓN

La evaluación en la presente propuesta de educación física para las instituciones educativas de las veredas del municipio de Choconta, se aborda como un proceso permanente y continuo en los avances, logros y desempeños de los estudiantes en cada uno de los grados de acuerdo a los contenidos; partiendo de una fase de interacción con los estudiantes de cada una de las instituciones permitiendo durante el proceso un trabajo en equipo y la comunicación; seguido de tres fases en la cual la primera que es la de ambientación y adaptación, otra de asimilación y fijación, y una ultima de aplicación y manejo en la que el alumno realice y ejecute correctamente las actividades, para luego entrelazar cada una de estas fases.

Para abordar la evaluación por competencias praxeológicas de la educación física, es necesario precisar que ésta no se debe centrar en la conductas motrices individuales, ni en las técnicas depuradas de movimiento como lo indica la inteligencia kinestésica, sino en los desempeños y/o actuaciones que tenga el estudiante en diferentes contextos en una forma inteligente que le permita mejor sus capacidades e interacción con los demás y su entorno.